



**STUDI KASUS PENERAPAN MODEL KONSELING RASIONAL
EMOTIF UNTUK MENGATASI SISWA RENDAH DIRI
KELAS VII SMP 3 BAE KUDUS
2012/2013**

**Oleh
Sinta Dewi Setiani
NIM 200831011**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2013**

**STUDI KASUS PENERAPAN MODEL KONSELING RASIONAL
EMOTIF UNTUK MENGATASI SISWA RENDAH DIRI
KELAS VII SMP 3 BAE.2012/2013**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Universitas Muria Kudus untuk Memenuhi Salah Satu
Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Bimbingan dan Konseling**



**Oleh
Sinta Dewi Setiani
NIM 200831011**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2013**



MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

Percaya diri adalah suatu perasaan yang menggunakan ucapan dan tindakan sesuai dengan akal sehat untuk belajar menjadi percaya diri, maka satu-satunya dengan cara meningkatkan percaya diri adalah nyata melatih otak untuk berpikir lebih rasional. (Ben Handaya, 2006: 15)



PERSEMBAHAN

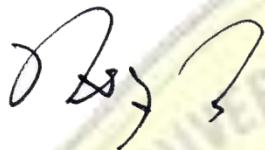
1. Papi dan Mami tercinta
2. Devio motivatorku
tersayang
3. Adeku Rama yang
kubanggakan
4. Almamaterku UMK

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi oleh Sinta Dewi Setiani 2008-31-011 telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Kudus, Maret 2013

Pembimbing I



Drs. Masturi, MM.

NIP: 0610713020001001

Pembimbing II



Drs. Arista Kiswantoro

NIP: 0610713020001021

Dekan, Mengetahui,

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd.

NIP. 19560619 198503 1 002

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh Sinta Dewi setiani (NIM : 2008 31 011) ini telah dipertahankan di
depan Tim Penguji pada tanggal 16 Maret 2013

Tim Penguji



Drs. Masturi, MM.
NIP. 0610713020001001

Ketua



Drs. Susilo Raharjo, M.Pd.
NIP. 19560619 198503 1002

Anggota



Drs. Sunardi
NIP. 195211051983031001

Anggota



Dra. Hj. Sutarti, SE, MM.
NIP. 195104201982032001

Anggota



Mengetahui,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas muria kudus

Drs. Susilo Raharjo, M.Pd.
NIP. 19560619 198503 1 002

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah atas segala nikmat dan karunianya yang tiada terhingga, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan lancar dan tepat waktu, sholawat serta salam semoga senantiasa tercurah penutup kepada para nabi dan rosul, Muhammad SAW. Begitupun rahmat dan kesejahteraan semoga allah limpahkan kepada beliau, keluarganya, para sahabat dan siapa saja yang mengikuti jejak mereka dalam kebijakan hingga akhir zaman.

Penulis sadar sepenuhnya bahwa terselesaikannya penulisan skripsi ini berkat adanya bantuan dan dukungan berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan yang baik ini dengan ketulusan dan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus.
2. Drs. Masturi, MM. Dosen Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan dari awal hingga akhir penulisan skripsi ini.
3. Drs. Arista Kiswantoro Dosen pembimbing II yang sabar memberikan bimbingan mulai dari awal sampai selesainya penulisan skripsi ini.
4. Damiri, S.Pd kepala sekolah SMP 3 BAE Kudus yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian disekolah yang dipimpinnya.
5. Drs. Welas Sutarto guru pembimbing SMP 3 BAE Kudus yang telah banyak membantu dalam penulisan skripsi ini.

6. Semua pihak yang penulis sebut satu persatu yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Mudah-mudahan semua bimbingan dan bantuan bapak, ibu dan saudara mendapatkan ganjaran dari Allah SWT.

Penulis menyadari keternatasan kemampuasn yang penulis miliki, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat diperlukan dan akhirnya degan penuh harapan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua amien.



Kudus, Maret 2013

Penulis

Sinta Dewi Setiani

ABSTRAK

Sinta Dewi Setiani. 200831011, Studi Kasus Penerapan Model Konseling Rasional Emotif Untuk Mengatasi Siswa Rendah Diri Kelas VII SMP 3 BAE Kudus Tahun Pelajaran 2012/2013. Pembimbing I Drs. Masturi, MM pembimbing II Drs. Arista Kiswanto

Kata kunci : Konseling Rasional Emotif : Rendah Diri

Salah satu faktor mencapai kesuksesan hidup yaitu rasa percaya diri apabila rasa percaya diri tidak dapat dijalankan maka akan menimbulkan rendah diri yang dapat merugikan individu itu sendiri, sehingga perlu mendapatkan bantuan layanan konseling dengan cara mengubah pola pikir, maka model konseling yang paling tepat diterapkan untuk mengatasi rendah diri tersebut adalah dengan menerapkan model konseling Rasional Emotif adalah aliran psikoterapi yang berlandaskan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berpikir rasional dan jujur maupun untuk berpikir irrasional dan jahat.

Permasalahan penelitian: bagaimanakah penerapan Model Konseling Rasional Emotif untuk membantu siswa yang rendah diri kelas VII SMP 3 BAE Kudus Tahun pelajaran 2012/2013

Tujuan peneliti yaitu 1. Untuk mendeskripsikan faktor-faktor yang menyebabkan siswa rendah diri di kelas VII SMP 3 BAE Kudus tahun pelajaran 2012/2013. 2. Membantu mengentaskan permasalahan rendah diri dengan model konseling Rasional Emotif pada siswa kelas VII SMP 3 BAE Kudus tahun pelajaran 2012/2013

Kegunaan secara teoristik, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan baru tentang layanan konseling individual dengan menggunakan model konseling Rasional Emotif untuk mengatasi siswa rendah diri, dan kegunaan secara praktisnya: 1. Bagi konselor, menambah wawancara tentang penerapan model konseling rasional emotif untuk membantu siswa yang rendah diri. 2. Bagi siswa, untuk dapat percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki, sehingga mampu mengembangkan kemampuannya secara optimal.

Jenis penelitian yang digunakan studi kasus, pendekatan penelitian yang digunakan kualitatif deskriptif, metode pokok pengumpulan data yang digunakan wawancara dan metode pendukungnya yaitu observasi, dokumentasi dan Home visit. subjek penelitian yaitu 3(tiga) siswa.

Hasil penelitian : Klien 1(RAL) mengalami rendah diri dipengaruhi oleh faktor internal : Sukar bergaul atau suka menyendiri dan merasa minder jika bergaul dengan teman, sedangkan faktor eksternal : merasa tidak diperhatikan orang tua dan orang tua yang sibuk dengan kegiatan sendiri. Klien 2(LL) mengalami rendah diri dipengaruhi oleh faktor internal: sukar bergaul atau sukar menyendiri dan merasa minder jika bergaul dengan teman, faktor eksternal : merasa tidak diperhatikan orang tua yang sibuk dengan kegiatan sendiri. Klien 3(HK) mengalami rendah diri dipengaruhi oleh faktor internal: cenderung menyendiri, tidak mau berkumpul

dengan teman di kelas klien juga merasa pendiam dan pasif karena sering di ejek dan tidak disukai sama temannya, faktor eksternal: merasa orang tuanya tidak dapat mencukupi kebutuhan sekolahnya selain itu juga orang tuanya lebih memperhatikan adiknya yang masih kecil dan dia merasa iri.

Berdasarkan hasil penelitian di atas peneliti menggunakan model konseling rasional emotif selanjutnya melakukan konseling individu selama 3 kali pertemuan peneliti dapat menyimpulkan : kasus klien I RAL , faktor yang menjadi penyebab RAL mengalami rendah diri yaitu karena RAL merasa dirinya kurang, merasa minder jika dekat dengan teman-temannya karena teman-temannya anak orang kaya. RAL merasa takut tidak bisa menyesuaikan dirinya dengan teman-temannya, selain itu orang tua yang sibuk dengan adiknya yang masih kecil dan rasa kecewa karena permintaan-permintannya tidak dapat dipenuhi orang tua, yang dimana keadaan ekonominya kurang. Setelah adanya bantuan konseling individu dengan menerapkan konseling Rasional Emotif menunjukkan ada perubahan pola pikir yang rasional dalam menyelesaikan permasalahannya yaitu rendah diri. Kasus klien 2 LL, faktor yang menjadi penyebab LL mengalami rendah diri yaitu karena LL di sekolah sering diejek teman-temannya dan dijahili, jika berbicara sering diolok-olok temannya. Selain itu, kurangnya perhatian dari orang tua khususnya ayahnya yang dimana ayahnya sibuk dengan pekerjaannya. Kasus klien 3 HK faktor yang menjadi penyebab HK mengalami rendah diri yaitu karena HK di sekolah sering diejek temannya dan tidak disukai sama teman-temannya, karena itu HK menjadi pendiam, pasif dan jarang berkumpul sama teman-temannya selain itu kurangnya perhatian dari orang tuanya yang selalu sibuk dengan kesibukannya masing-masing. Karena perasaan yang negatif dan minder dikarenakan cara pikir yang irrasional, sehingga klien perlu dibawa ke arah pikiran yang rasional agar dapat mencapai kebahagiaan dan mampu menjalin interaksi dengan orang lain tanpa memandang status ekonomi.

Berdasarkan hasil kesimpulan diatas, peneliti menyampaikan saran kepada:

1. Kepala Sekolah: Membuat situasi keadaan sekolah yang aman, nyaman dan bersahaja kepada anak didiknya, Setiap akhir semester kepala sekolah meminta guru kelas untuk melaporkan setiap kejanggalan atau permasalahan yang di hadapi oleh anak didik.
2. Siswa diharapkan terbuka dengan orang tua jika dirumah dan guru jika di sekolah apabila menghadapi masalah sekecil apapun.
3. Konselor untuk lebih banyak mengkaji berbagai model konseling terutama Rasional Emotif untuk mengatasi siswa rendah diri.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN LOGO	ii
HALAMAN JUDUL	iii
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang	3
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Kegunaan penelitian	4
E. Devinisi Operasional	4
 BAB II KAJIAN TEORI.....	 6
A. Studi Kasus.....	6
1. Pengertian Studi Kasus.....	6
2. Langkah-langkah dalam menggungkap kasus.....	7
3. Ciri-ciri kasus	8
B. Model Konseling Rasional Emotif	9
1. Pengertian Konseling Rasional Emotif	9
2. Ciri-ciri Model Konseling Rasional Emotif	9
3. Tujuan Konseling Rasional Emotif	11
4. Peran Konselor dalam Konseling Rasional Emotif	12
5. Pola Hubungan Konseling Rasional Emotif	13
6. Langkah-langkah Konseling Rasional Emotif	13
7. Teknik Konseling Rasional Emotif	16

8. Teori kepribadian konseling Rasional Emotif.....	20
C. Rendah Diri	23
1. Pengertian Rendah Diri	23
2. Faktor-faktor yang Menyebabkan Rendah Diri	24
3. Ciri-ciri Rendah Diri	26
D. Peranan Model Konseling Rasional Emotif Dalam mengatasi Rasa Rendah diri	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	30
A. Pengertian Metode Penelitian.....	30
B. Pendekatan dan Jenis Penelitian	30
C. Peran Peneliti.....	31
D. Penentuan Subyek peneliti	31
E. Metode Pengumpulan Data	32
F. Analisis Data	51
BAB IV HASIL PENELITIAN	53
A. Data Klien I	53
B. Data Klien II.....	62
C. Data Klien III	70
BAB V PEMBAHASAN	80
A. Hasil Konseling Klien I RAL	80
B. Hasil konseling Klien II LL	83
C. Hasil Konseling Klien III HK	86
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	91
A. Kesimpulan	91
B. Saran	93
DAFTAR PUSTAKA	94
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	96

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Subjek penelitian`	97
2. Kisi-kisi Lembar Observasi.....	98
3. Pedoman observasi.....	99



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Subyek Peneliti Kelas VII SMP 3 BAE Kudus	97
2. Kisi-kisi Lembar Observasi.....`	98
3. Pedoman Hasil dari Observasi	99
4. Hasil Observasi RAL	100
5. Wawancara peneliti dengan Guru Kelas RAL(sebelum konseling).. ...	101
6. Wawancara peneliti dengan teman sebangku RAL (sebelum konseling)	102
7. Satuan Layanan RAL(konseling I)	103
8. Pelaksanaan konseling RAL(konseling I).....	105
9. Laporan satuan layanan RAL (konselingI)	110
10. Satuan Layanan RAL(konseling2).....	112
11. Pelaksanaan konseling RAL(konseling2)	115
12. Laporan satuan layanan RAL(konseling2)	116
13. Satuan Layanan RAL(konseling3).....	118
14. Pelaksanaan konseling RAL (konseling3)	120
15. Laporan satuan layanan RAL(konseling3)	123
16. Wawancara peneliti dengan guru kelas RAL (setelah konseling)	125
17. Wawancara peneliti dengan teman sebangku RAL(setelah konseling) .	126
18. Hasil dari Observasi LL	127
19. Wawancara peneliti dengan Guru Kelas LL(sebelum konseling).....	128

20. Wawancara peneliti dengan teman sebangku LL (sebelum kons)	129
21. Satuan Layanan LL(konseling I).....	130
22. Pelaksanaan konseling LL(konselin1)	132
23. Laporan satuan layanan LL (konseling I)	135
24. Satuan Layanan LL(konseling 2)	137
25. Pelaksanaan konseling LL(konseling 2)	139
26. Laporan satuan layanan LL(konseling2).....	142
27. Satuan Layanan LL(konseling 3).....	144
28. Pelaksanaan konseling LL(konseling 3)	146
29. Laporan satuan layanan LL(konseling3).....	148
30. Wawancara peneliti dengan guru kelas LL (setelah di konseling)	150
31. Wawancara peneliti dengan teman sebangku LL(setelah di kons)	151
32. Hasil dari Observasi HK	152
33. Wawancara peneliti dengan Guru Kelas HK(sebelum kons).....	153
34. Wawancara peneliti dengan teman sebangku HK(sebelum kons)	155
35. Satuan Layanan HK(konseling I).....	156
36. Pelaksanaan konseling HK(konseling I)	158
37. Laporan satuan layanan HK (konseling I)	162
38. Satuan Layanan HK(konseling 2)	164
39. Pelaksanaan konseling HL(konseling 2	166
40. Laporan satuan layanan HK(konseling2).....	170
41. Satuan Layanan HK(konseling 3)	172
42. Pelaksanaan konseling HL(konseling 3).....	174

43. Laporan satuan layanan HK(konseling3).....	177
44. Wawancara peneliti dengan guru kelas HK (setelah di kons).....	179
45. Wawancara peneliti dengan teman sebangku HK(setelah di kons)	180
46. Surat izin peneliti.....	181
47. Surat keterangan.....	182
48. Peryataan	183
49. Riwayat hidup	184

